

当院では、理学療法の治療で睡眠のご相談も行えます。  
ご希望の方は、スタッフまでご相談ください。



## 今週の **花言葉**

テマリソウ

信頼

クズマニア

あなたは完璧

ヒペリカム

悲しみは続かない

## 松田院長からあなたへ 耳より情報！！

### ◆低炭水化物ダイエットによる代償とは？

1,369 人のデータを分析 **The British journal of nutrition**

白米や麺類、パンといった炭水化物を控えるという方法で知られる低炭水化物ダイエット。体重の減量に良いと言われてはいますが、健康に与える影響は無いのでしょうか。今回の研究は、低炭水化物食の健康に与える影響を検証したので紹介します！

### ■11 の研究 1,369 人について分析

研究チームは過去の 11 件の研究論文をまとめ、合計 1,369 人を対象にしたデータを分析。食事療法を半年以上継続している人について、低炭水化物食を摂取する群と低脂肪食を摂取する群に分け統計解析を行って報告しています。

### ◆低炭水化物食は健康に良い？

低炭水化物食の継続により、**低脂肪食よりも体重減量効果はあるが、悪玉コレステロールの値は上昇する**という結果でした。

### ★院長よりメッセージ

肥満が改善できることはとても魅力的ですね。しかしながら、**炭水化物はタンパク質や脂質と並び、3 大栄養素の一つ**であり、**健康的な生活を送るうえでとても大切な働き**があります。一方、**コレステロールの状態を良好に保つことは、心臓病や脳卒中の予防には大切**と言われています。ダイエットはいつの時代も関心が高い話題の一つですね。**正しい知識で健康的にダイエット**しましょう♪



医事課からあなたへ—

綺麗な花がたくさん見られる季節になりました。みなさんいかがお過ごしでしょうか。さて、平成28年4月1日より、診療報酬の改定があり、変更がありましたのでお知らせします。

☆**理学療法**と**注射**の金額が上がりました。



☆**湿布薬**



○一度に**70枚**を超えて処方することができなくなりました。

※70枚を超えた分は、保険適用外となります。

○患者さんによって疾患部位・一日分の用量・日数が異なるので、必ずしも月に**70枚**処方できるわけではありません。

### 【特別外来について】

・今月から**股関節外来**の名倉先生がいらっしゃいます。  
4月は**23日(土)**です。

・**特別専門外来はすべて予約制**です。

受診されたい方は、まず松田院長にご相談してください。

ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。

ご不明な点があれば、受付でお聞きください。

